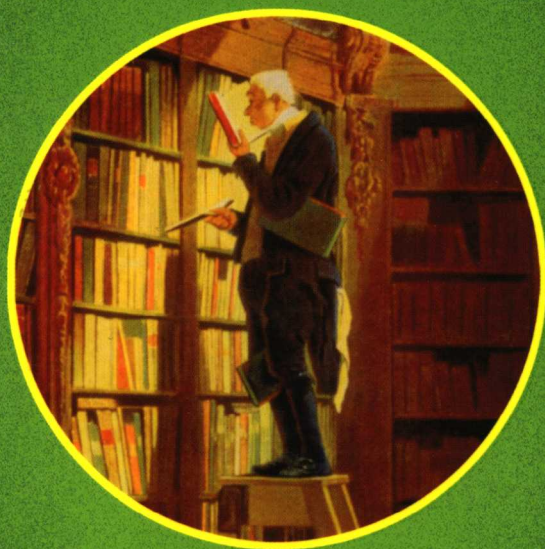


● 选择与放弃决定你的一生 ●

常慧敏◎编著

做人做事_的心态

THE ALTITUDE
IN BEARING ONESELF



中国物资出版社

做人做事^的心态

THE ALTITUDE
IN BEARING ONESELF

常慧敏◎编著



中国物资出版社

前 言

许多人如今都在感叹：现在要做成一件事真难！大千世界中芸芸众生为了生计而奔波不息。每个人在社会上能不能站得住，行得开，非常重要的一点就是会不会做人，懂不懂做事。为什么同样是一件事，有的人办起来历尽波折，有的人却能够顺风顺水？有的人做事无可挑剔，有的人则是漏洞百出？这就与做人做事的方法与态度有关，许多深谙人性、城府极深的人，凭着对人事的聪明练达和老于世故，以积极的方圆心态去做人做事，早已跻身为数不多的成功人士行列了。从这个意义上说，做人做事不仅注重方法策略，还应有良好的心态。

如果说，做事是一门学问的话，那么运用积极或平衡或自信等等的心态去圆满做事则是一种高深的艺术了，许多人甚至用尽毕生之力也未必能勘破其中的真谛。君不见，多少人聪明反被聪明误，忙忙碌碌一生却一无所获；多少人才华横溢，却毕生坎坷，郁郁而不得志……可见，要想达到圆满做人做事的艺术不是什么人都能学会领悟的。

也许，您有自己的处世心态和做人之道，有自己

做人做事的心态

的良策谋略和做事方法，但您却未必能在遇到难做的事情的时候，做到能够处理得游刃有余。这样，如果借鉴别人做人做事的成功经验和成功心态，这也是你做事通向成功的一条南山捷径。否则，做人做事必然会处处碰壁，一事无成。

要学会圆满做人做事的艺术，必须先有成功的心态。积极的处世心态是为人做事的必不可少的基本要素，做人做事的成功与否，主要取决于他的心态。成功人士与失败者的差别就在于：成功人士始终拥有一个积极的心态，他们的最乐观的精神和最辉煌的经验是去支配和控制自己的人生。失败者正好相反，他们的人生是受过去的种种失败与疑虑所引导和支配的。无数事实证明：做人做事的是成或败，是前进还是后退，是坎坷波折还是顺水顺风，很大程度上是由心态决定的。

相信读者朋友必定能通过这本书，把握到做人做事良好的心态，领悟做人与做事的艺术中的精髓所在，以此掌握做事的技巧，在经济上走向财富，在事业上走向成功，在爱情上走向甜蜜，在人生中找到幸福！

目 录

快乐人生，善待你自己

12	人生六个坎，从从容容过	3
42	自嘲，给自己一种释放	5
82	善待自己，放松自己	9
93	选择快乐，笑对人生	12
96	潇洒做人，自得其乐	15
99	世上只有不肯快乐的心	18
117	不知不忧，不知是福	21
117	快乐人生，别跟自己较劲	24
95	把笑当成一种习惯	27
118	平凡地存在，高兴地生活	33
128	原谅生活是为了更好地生活	35
99	健忘之乐	38
140	把怒气转嫁到小事上	40
189	在纸上倾倒精神垃圾	44
101		

目 录

圆通做人，臻于不败之境	51
自警！说话只可说三分	51
忍者无敌	54
糊涂，在清醒中糊涂	58
行功利心，留后退路	62
模糊表态，不遗话柄	66
何必执着，退一步海阔天空	69
放弃聪明，收获友情	72
有方有圆，走好你的路	77
尽可能尊重每一个人	79
傻瓜才会制造敌人	83
告别完美，人生不如意事常八九	85
吃亏，然后占便宜	90
做官经商，范蠡富贵终身	94
“不败”需要诈死与佯败	98
装聋作哑，可以不战而胜	101

目 录

塑造形象，活出你的真我来

- 101 做事先做人，做人先学礼 107
- 101 含蓄点，不要锋芒太露 109
- 102 自信，活出你的真我来 111
- 102 要做就做第一等人 115
- 102 三句好话暖人心 119
- 103 给自己一个目标，给自己一份充实 123
- 103 怎么爽怎么来 127
- 103 找一份我爱的工作 129
- 103 人要衣装，我要形象 132
- 103 良好习惯，铸造成功 134
- 103 辉煌人生，自己掌舵 137
- 103 把所有鸡蛋放入同一个篮子 139

目 录

提升自我，超越自我

- 001 向更高目标冲击 145
- 002 用努力来发泄胸中的怒气 147
- 003 远离偏激，远离失败 150
- 004 摒弃嫉妒，超越对手 153
- 005 把耻辱当作成功的阶梯 158
- 006 以琴作秀，出名有术 160
- 007 告别自负，该闭口时就闭口 163
- 008 坚韧，像蟑螂一样坚韧 166
- 009 失意时泰然处之 168
- 010 缺陷不是你的过失 171
- 011 接纳不同的声音 174
- 012 把嘲笑当善举 177
- 幸福的花朵开在贫瘠的泥土上 181

目 录

处世有道，留住你的根	189
阻击欲望，留住你的根	189
慎独，自己给自己立法	191
严于律己，宽以待人	193
得意时有平常心	196
庄稼看收成，做人看结果	199
释放才华，切记留住人格	201
合理对待金钱，快乐是根	203
让心灵生活在愉悦中	206
亲亲家庭，我的港湾	209
抓稳手中的那只鸟	213
从节省生活费开始	217
管好自己，去净化你的心灵	222

目 录

游走人际，把好互动人脉

- 081 爱金钱，更掂量友情 229
- 101 得理且饶人 232
- 101 不要处处与人抬杠 234
- 101 懂得和不同的人相处 240
- 101 幽默，人际互动的最高境界 243
- 102 善意的谎言是做人的智慧 246
- 102 给上司一片天空 248
- 102 给人留面子，给自己找台阶 251
- 102 帮助别人，成就自己 253
- 112 处小人于远近之间 256
- 112 学会爱你的对手 258
- 112 懂得宽恕，放眼未来 263

快乐人生，善待你自己

人生六个坎，从从容容过

能够放弃是一种超脱，当你能够放弃一切做到简单、从容、快乐地活着的时候，你人生中的那道坎也就过去了。

人从出生到成熟到衰老到死亡，就那么几十个春秋。也就是那么几个“坎”，眨眼的功夫就过去了。

20岁之前谈梦。人自母体分离出来，初谙世事至少要十四五岁，而初谙世事并不意味着成熟，很多想法都很浪漫，有些近似童话。所以，这个季节经常做梦，梦见自己会飞，梦见自己成为心目中的偶像。同学之间、朋友之间谈论的话题也往往与现实离题万里。在这段花季年华里，一切都是浮动的，一切都是彩色的。

20岁以后谈理想。20岁是迈入大人行列的第一道门坎，以前的彩色梦幻渐渐淡化，在现实面前，开始走向成熟，也开始有了人生的目标。但20岁的抱负却又气吞山河，有些不切实际。所以，我们说人到20岁已经长大了，但绝对不意味着已经成熟。总之，20岁时，已经有了向前跋涉的目标，少了很多梦幻色彩。

30岁谈责任。三十而立于今人来说也许为时尚早，以现代平均寿命计算，人生尚未过半，少年得志毕竟不是这个世界的多数。但30岁已是成熟的人了。至少已经确立了自己的人生坐标和基点。在这阶段，世界会把很多重担压在你的肩头，你无可逃遁也别无选择地要背着这些重担往前走。人生由此便多了一种沉甸甸的东西——责任，因之人生的内涵也丰富起来。结婚了需要有个爱巢栖息爱情，儿女出世了要拼力哺育，父母老了要尽赡养之责，还有，工作的担子也加重了……这一切责任，都得30岁的你一个一个人地去履行，没人能够替代你。这个时候，一切言谈行为都变得那么实在。

40岁谈事业。迈过40岁沟坎，人已如日中天了，此刻有志者已经事业有成，即使是平凡之辈，积蓄也开始殷实。人的生理心理也已熟透，万事都有主张，一切责任也因为时光流淌而减负了。也许父母已经过世，儿女也快自立。这个时候，人通常会像爬上一道高坡一样，长长地舒口气。然而当回头看时，才发觉前些年为自己活得太少。于是，发展自己便成了这个阶段的主旋律。

50岁开始谈经验。古人道“五十而知天命”，此刻对于人来说应该是尘埃落定的时候了。优胜者已经胜出，淘汰者已经出局。那么，优胜者便领受尊敬的风光，淘汰者也只好独尝出局的悲哀。无论优或劣，都会明白成败的原因。而大局已定已难更改，优胜与淘汰的总结成了宝贵的

经验，化作了后人的财富。

60岁以后谈往昔。衰老是人类不可抗拒的自然法则。人老了就力不从心了，即使想大展宏图也难于展翅了。此刻的成功者可以享受他自己创造的成果，失败者也只好独饮他自酿的苦酒了。好汉不提当年勇也好，蹉跎一生不堪回首也罢，岁月刻在自己身上和心上的痕迹是无法抹杀的。人生苦短，来日无多，不再思想前景的辉煌，但回首昔日的风光或坎坷、多少能激活生命的潜力，保持旺盛的活力。

一辈子就这样走过来了，不管辉煌还是平凡，都得一个坎一个坎地迈过，当然，怎样迈，迈得成功与否，都得由你自己来完成，而围绕着人生的一切都离不开去选择、去放弃。

自嘲，给自己一种释放

自嘲自讽，正是要抢先给自己一个机会，而让别人没有机会，“攻击自己”就是对“他人的攻击”的最好防守。学会自嘲，你便拥有了一份快乐的心态。

心理学研究表明：人通常比较愿意谈及自己的优点、

成功之处；而对缺点、失败之处却总是讳莫如深。

正因为此，生活中有了“调侃”这么一回事：

几个人对某位“不幸”的同志加以特别照顾，就他的外形或家事或某个陈年笑话，给予狂轰烂炸式的夸张，直夸得他面红耳赤；双腿发软，最终一无是处，遍体鳞伤。他还不得不尽力，装出一腔轻松的口气，不得不尽力“喊”出几声其实是附和对方的狂笑。无疑，这是一个异常尴尬的处境，一种难耐的煎熬。

其实，这种煎熬却是大可不必：强硬地捍卫自己的所谓“尊严”、“面子”。结果必然是“偷鸡不着反蚀把米”、“赔了夫人又折兵”。中国有句俗语，叫“家丑不能外扬”，其实“若要人不知，除非己莫为”，欲盖弥彰。美国诗人麦琨，从不忌讳谈及自己的身世，他说：“我是从婚姻外的关系出生的，我生来就是个私生子。”私生子是难听的，麦琨自显其丑，但别人并不歧视他，反而同情他。

事实上，很多名人都与众不同，别出心裁，喜欢自嘲，嘲笑自己的长相，嘲笑自己的缺点，嘲笑自己的遭遇，甚至嘲笑自己的优点。

有一次，林肯这样当众介绍自己：“有时候我觉得自己是丑陋的人，在森林里漫步，遇见一位老妇人。老妇人说：‘你是我所见到的最丑的一个人。’我说，我身不由己。老妇又说：‘不，我不以为然，但你至少可以做到待在家里不出来。’”结果，他得到的是充满敬佩的笑声。

好莱坞影星芭芭拉·史翠珊谈到她在布鲁克林的日子，她说：“我们真是穷呆了，但我们拥有许多金钱买不到的东西，譬如，未付的账单。”“我们从来不穷，也没挨过饿，只是有时会把吃饭时间无限期延后罢了。”把人们对其出身贫穷的看法都消融在幽默带来的笑声之中。

另有一位作家班奇利，在一篇文章中声称自己花了十几年的时间才发现自己没有写作的才能。结果，一位读者来信对他说：“你现在改行还来得及。”班奇利回信说：“亲爱的，来不及了，我已无法放弃写作，因为我太有名了。”

后来，他还把这封信刊登在报纸上，人们为之笑了很长时间。

纵观上述事例，我们已经能大致地描绘出自嘲自讽的功能了，或者说对人处事的好处。以常理论之，身处窘境，一般以理自卫，以理反击或缄默不语。而自嘲，则一反常理，跳出习惯思维，打乱思维定式，不断变换自己的思维角度，出乎对方的意料，又能得到对方心领神会的笑声。从而阻止了于己不利的言论，摆脱窘境，变被动为主动，抢占了有利地位。在实际生活中，一些人对于并无恶意的嘲笑，会发动怒不可遏的反击，其实这正是“狭隘的自尊心理束缚”所致。如果舍此而自嘲，反显得豁达和自信，同时，也封住了对方的双唇。

上述只是自嘲在“摆脱窘境”方面的功用。自嘲，在